

Calisthenicspark De Keen in gebruik

Het begon als een droom voor een groep jongeren...Nu is het realiteit. Een Calisthenicspark voor alle inwoners van Etten-Leur! Een groep jongeren maakte het mogelijk, samen met het jongerenwerk van Surplus en Gemeente Etten-Leur, om deze bijzondere vorm van sport in de buitenlucht uit te oefenen.

Cal i sthenics

Wat voor park? Het Engelse woord Calisthenics is af te leiden uit twee Griekse woorden: Kalos, wat staat voor Mooi en Sthénos wat Kracht betekent. In het Nederlands betekent het dus letterlijk 'Mooie kracht'. Calisthenics is uitgegroeid tot een verzamelnaam voor alle oefeningen die worden uitgevoerd met het eigen lichaamsgewicht of in combinatie met minimale apparatuur. Het doel van Calisthenics is een krachtig en lenig lichaam opbouwen. Bekende oefeningen zoals sit-ups, lunges en push-ups behoren ook tot Calisthenics. Calisthenics kan overal worden gedaan en tegenwoordig zijn er veel video's te vinden van mensen en teams die het beoefenen.

Kracht als Talent

Het jongerenwerk kwam in contact met jongeren die op een schoolplein op speeltoestellen aan het trainen waren. "De speeltoestellen op het schoolplein zijn hier natuurlijk niet geschikt voor. Als er regelmatig een jongen met 80 kilo aan spiermassa aan gaat hangen, dan zal deze toestel niet lang mee gaan", waarschuwen Charif en Michael. "Ik vind het belangrijk om mijn focus te leggen op het talent en de vraag van jongeren en hier een positieve drive aan te geven", geeft jongerenwerker Amhamad el Ouali aan. Ze besloten daarom de handen ineen te slaan.

Jongerenparticipatie

Tijdens een aantal brainstormsessies en werkoverleggen is er een projectplan gemaakt. Dit plan presenteerden de jongeren aan de gemeente. "Wij waren meteen enthousiast over het plan. Met name omdat jongeren zelf de regie hebben onder begeleiding van het jongerenwerk", vertelt wethouder Jean Pierre Schouw. Het park levert een mooie locatie op in Etten-Leur om samen te sporten en positief bezig te zijn. In mei is de officiële opening met allerlei sportieve activiteiten.

Meer informatie

Wil je meer weten over het Calisthenicspark de Keen? Kijk dan op: www.ettenleurleeft.nl en www.facebook.com/calisthenics.dekeen of download de app: KOMPAN SPORT & FITNESS (inlogcode **566726**)